



博士（人間科学）学位論文 概要書

動作と気分状態の関連性

2002年1月

早稲田大学 人間科学部

鈴木 平

指導教授 春木 豊

概要書

春木（2002）は，行動を独立変数とし，その心理学的機能を研究するパラダイムを身体心理学と名付けた．本研究は行動の中でも動作を独立変数とし，その機能を研究することを目的とした．具体的には，鈴木（1994）や鈴木・春木（1995，1996）が報告した，両手を左右に反復開閉する動作と気分状態の関連性について，統計的な妥当性について再検討を行うことから始め，動作から気分状態への機能を検討することを目的とした．（以上，第1章概要）

第2章の実験では，手をゆっくりと左右に反復開閉する動作と気分状態の間には相関関係が確認された．気分状態がポジティブな被験者では，動作速度が有意に遅く，動作速度の変化の周期的秩序構造が有意に高かった．動作と最も関連性が顕著に見られたのは，抑うつ感であった．また，動作速度の変化の周期的秩序構造の方が動作速度よりも抑うつ感との関連性が高かった．これら抑うつ感と動作との関連性は，抑うつ感が高くなるほど顕著となった．また，動作速度と動作速度の変化の周期的秩序構造の二つの指標のみで，抑うつ感の高低の約80%が判別できることが明らかとなった．

第3章の実験では，音楽療法的介入と自律訓練法による介入を行い，抑うつ感などの気分状態の改善にともなって動作速度が有意に遅くなることが明らかとなった．ただし，動作速度の変化の周期的秩序構造の変化は必ずしも明らかにはできなかった．

第4章の実験では，抑うつ感の高い被験者の動作速度を遅くすると，抑うつ感が低下した．抑うつ感の低い被験者では，動作速度を速くした方が抑うつ感がさらに低下した．動作の速度を独立変数操作することで，抑うつ感に変化が見られたという

ことは、身体心理学を支持する結果であった。

次に、動作速度の変化の周期的秩序構造を高めるように操作すると、爽快感、疲労感、抑うつ感、不安感などの気分状態がネガティブであった群の気分状態が有意に改善した。動作速度の変化の周期的秩序構造が変化しなかった群や気分状態がポジティブであった群では、気分状態の変化は見られなかった。動作速度の周期的秩序構造を独立変数操作することで、気分状態に変化が見られたということは、身体心理学を支持する結果であった。

抑うつ感と動作速度時系列データの自己相関関数に関連性があることが第2章の研究で示されていた。第5章の実験から、この動作の特徴は、バランスが良く、動作に集中しており、美しく、粗雑でなく、おれていない。また、長期的に安定しており、心がこもっており、丁寧で、規則的、安定している、などの言葉で表現されることが明らかとなった。ただし、動作の評定にあたっては、単に視覚的に観察するだけではなく、被評定者の動作を評定者も模倣しながら評定することが明確で、論理的整合性のある評定につながることが明らかとなった。このことは、印象評定における身体性の認識の重要性を示唆しており、春木（2002）の主張した身体心理学の意義を支持する結果であった。

第6章の実験結果から、動作速度の変化の周期的秩序構造が低いのは、実験場面において抑うつ感が高く、動作課題に対して中性的、否定的な感想を抱いた被験者のみであったことが明らかとなった。第2章の研究では、抑うつ感の高低によって動作速度の変化の周期的秩序構造に違いが見られたが、動作を行っているときの主観的心理状態も関与していることが明らかになった。

以上のように、第4章の二つの実験結果から、第一の目的で

あった身体心理学のパラダイムを実験的に実証できたといえる。手を左右にゆっくりと反復開閉する動作の速度、および動作速度の周期的秩序構造を操作することは、抑うつ感などの気分状態を変化させることが可能である。また、第5章の実験結果から、実際に動作を行うことは、認識における身体性の重要性や暗黙知の意義を支持していると言える。このことも、身体心理学の意義を支持するものであったといえる。

ところで、第3章の実験結果では、気分状態が変化すると動作も変化した。従って、動作と気分状態には相互依存的因果関係があると考えざるを得ない。動作と気分状態は原因—結果が不分離な関係であり、自己言及的なシステムである。この関係性を科学的に記述しようとするなら、従来までの実験心理学のパラダイムでは対応できない。また、第6章の実験結果では、動作と気分状態とは単純な対応関係だけを示すのではなく、動作試行中の被験者の全体的な主観的意識性も両者の関連性に影響を与えていることが明らかとなった。このことも、動作と気分状態とが不分離な関係であるということを意味している。動作からこころへという身体心理学のパラダイムでは、心身的不分離性や相互依存性の問題に十分に対処することはできない。この問題に対処するために、複雑系科学の研究パラダイムを紹介し、その意義と可能性について検討を行った。